**Физкультурный досуг в старшей группе «День космонавтики»**

**Цель:** активизировать и закрепить знания и представления детей о космосе, планетах Солнечной системы;

**Задачи:**

- Повышать у детей познавательную и творческую активность.

- Обогащать и расширять кругозор детей посредством интеграции всех образовательных областей в ходе подготовки и проведения досуга. - Развивать быстроту, ловкость, силу, внимание.

- Способствовать сплочению детского коллектива. - Воспитывать у детей доброжелательность и взаимопомощь.

Оборудование: мультимедиатехника, обручи, конусы, скамейки, дуги, туннель.

**Ход:**

Дети входят в зал. (Звучит аудиозапись «Трава у дома» гр. «Земляне»)

**Ведущий:**

День сегодня не простой,

Это в мире знает каждый.

Впервые в космос полетел

Человек с Земли отважный.

Ребята, мы с вами собрались на празднике, посвященному Дню космонавтики. Люди с давних времён мечтали освоить космическое пространство. 12 апреля 1961 года в космос впервые в мире на космическом корабле «Восток» поднялся человек. Это был наш соотечественник – Юрий Гагарин.

**Инструктор**: Вы хотите стать космонавтами? (Ответы детей.)

Приглашаю вас в школу космонавтов, где сегодня проходят проверку на пригодность к полетам в космос.

- Вы знаете, что в космосе вас ждут разные испытания и неожиданности. Предлагаю вам взять с собой быстроту, смелость, находчивость, смекалку и пожелать друг другу успехов.

- Начнём мы с тренировки.

Ходьба друг за другом в колонне по одному, боком приставным шагом, бег со сменой направления.

**Комплекс ОРУ «Мы пришли на космодром»**

**«Вот огромный звездолет, он готовиться в полет»**

И.п.: ноги врозь, руки вниз.1-2 – подняться на носки, руки через стороны вверх, пальцы рук соединить – вдох; 3-4 – и.п., выдох. Повторить 6-8 раз.

**«Двигатель готов к полету, начинает он работу»**

И.п.: ноги слегка расставить, ступни параллельно, руки вниз – вдох. 1-4 – выполнять последовательные вращательные движения прямых рук вперед – выдох (рука проходит близко к уху и ноге). То же, движения рук назад. Повторить по 4 раза.

**«Двигатель пилот прогрел, мотор захлопал, загудел»**

И.п.: ноги вместе, руки вниз. 1 – руки дугами через стороны вверх, хлопок над головой – вдох; 2-3 – наклон вниз, приближая голову к ногам, хлопок за ними, на выдохе произнести «у-у-у»; 4 – и.п. Повторить 6-8 раз.

**«Сверкая вверх летит ракета навстречу звездам и каметам»**

И.п.: о.с., руки вверх, ладони прижать друг к другу. 1-2 – присесть, колени развести в стороны, руки вперед, ладони вниз – выдох; 3-4 – и.п., вдох. Повторить 6-8 раз.

**«В иллюминатор мы глядим, землян увидеть мы хотим»**

И.п.: ноги чуть шире плеч, руки на поясе. Выполнять повороты вправо – влево, приставляя ладонь к лицу. Повторить 6-8 раз в каждую сторону.

**«В космос точно полетим, если очень захотим»**

И.п.: ноги вместе, руки вниз. Выполнять прыжки: ноги врозь, руки в стороны – ноги вместе, руки вниз. 10-12 прыжков, 8-10 шагов на месте. Повторить 6-8 раз.

**«Дует сильный ветер на большой планете»**

И.п.: ноги врозь, руки вниз. 1-2 – подняться на носки, руки вверх плавно –вдох; 3-4 – и.п., выдох. Повторить 3-4 раза.

**Ведущий:** Молодцы, я вижу, что вы готовы к полетам в космос. Надо срочно собрать команду для полетов в космос. Кто готов?

**1 этап «Готовность команд»**

Под музыку дети свободно перемещаются по «Космодрому». По сигналу каждая команда должна собраться на своем месте.

**2 этап «Полоса препятствий»**  
Детям надо: пролезть под тремя дугами, проползти по скамейке, перепрыгнуть через палку, установленную на высоте 15 см, пробежать между конусами.

**Ведущий**: Молодцы!

Ждут нас быстрые ракеты

Для полётов на планеты.

На какую захотим,

На такую полетим!

- Но сначала проверим, готовы вы стать космонавтами? При стыковке космических корабле, надо суметь пролезть по туннелю, который очень узкий и длинный. Вам предстоит показать нам какие вы смелые и ловкие.

**3 этап "Туннель"**

**4 этап «Полет на ракете».**

Детям надо стоя в обруче обежать стойку, вернуться и передать обруч следующему игроку.

**Ведущий:**Ребята, предлагаю вам отгадать загадки про космос.

Сверкая огромным хвостом в темноте, Несется среди ярких звезд в пустоте,

Она не звезда, не планета,

Загадка Вселенной… (Комета)

Освещает ночью путь,

Звездам не дает заснуть.

Пусть все спят, ей не до сна,

В небе светит нам… (Луна)

До Луны не может птица

Долететь и прилуниться,

Но зато умеет это

Делать быстрая… (Ракета)

У ракеты есть водитель,

Невесомости любитель.

По-английски: «астронавт»,

А по-русски … (Космонавт)

Самый первый в Космосе

Летел с огромной скоростью

Отважный русский парень

Наш космонавт …. (Гагарин)

Специальный космический есть аппарат,

Сигналы на Землю он шлет всем подряд,

И как одинокий путник

Летит по орбите … (спутник)

**Инструктор**: Молодцы! Все отгадки верны! Я вам немного расскажу о жизни в космосе! Кроме Земли в солнечной системе есть еще 8 планет, у каждой планеты свой путь, который называется орбитой.

Запоминаем планеты: (стих)

По порядку все планеты

Назовет любой из нас:

Раз — Меркурий,

Два — Венера,

Три — Земля,

Четыре — Марс.

Пять — Юпитер,

Шесть - Сатурн,

Семь — Уран,

За ним - Нептун.

Он восьмым идет по счету.

А за ним уже, потом,

И девятая планета

Под названием Плутон.

**Ведущий:** Время движется вперед,

Надо продолжать полет.

Пора возвращаться на Землю. Начинаем отсчет. 5,4,3,2,1,0 Пуск! Поехали!

Вот мы и дома! Мы из космоса вернулись на нашу родную Землю.

Настанет день,

Когда вы подрастете,

Ракеты в космос

Смело поведете.

Отважными и стойкими

Ребята быть готовы,

Вы будьте космонавтами,

Даете нам вы слово?

- Вот и закончилось наше космическое путешествие. Ребята, помните, что человек является частью космоса. В космосе царит гармония и красота. На земле пусть помимо гармонии и красоты, царит еще и доброта. Так дарите свою доброту всем, кому понадобится ваша помощь. И на Земле, и в космосе!

Выходят из зала под аудиозапись «Земля в иллюминаторе» гр. «Земляне»

**Список используемой литературы:**

1. М.С.Анисимова, Т.В.Хабарова «Двигательная деятельность детей старшего дошкольного возраста» / Детство – Пресс, С. Пб, 2012;

2. В.А. Доскин, Л.Г. Голубева / Растем здоровыми / – М.: Просвещение, 2002;

3. О.Н. Моргунова «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ»;

4. Е. П. Левитан «Малышам о звездах и планетах». Москва, Педагогика-Пресс.

<http://mults.spb.ru/mults/?id=1375>

<http://mults.spb.ru/mults/?id=230>